ВЕЛОКЛУБ

Безопасная езда на велосипеде

или

как ездить на велосиепеде оставаться живым и здоровым ☺

Исправная техника

ТОРМОЗА - САМОЕ ГЛАВНОЕ!

Нормально держат колесо

Не трут по ободу и по покрышке

Затянуты оба эксцентрика

Затянута рулевая

Сняряжение

-Велосипедный шлем

-Велосипедные очки

-Велосипедные перчатки

-В темное время - обязательны ***передняя и задняя фары!***
Чем они ярче –там лучше тебя видят водители

-Яркая светоотражающая одежда и снаряга

Статус велосипедиста на дороге

Велосипед – транспортное средство, кроме инвалидных колясок, имеющее два или более колеса и приводимое в движение мускульной силой людей, находящихся на нем.

Водитель — лицо, управляющее каким-либо транспортным средством.

Т.е. велосипед – равноправный участник дорожного движения

Пешеход – лицо, находящееся вне транспортного средства на дороге и не производящее на ней работу.
К пешеходам приравниваются лица, передвигающиеся в инвалидных колясках без двигателя, ведущие велосипед, мопед, мотоцикл, везущие санки, тележку, детскую или инвалидную коляску.

Движение по городу

Проезжая часть – элемент дороги, предназначенный для движения безрельсовых транспортных средств. Отделяется от обочин разметкой.

Держитесь ***в крайнем правом ряду*** как можно ближе ***к обочине.***

Обочина – элемент дороги, примыкающий непосредственно к проезжей части на одном уровне с ней, отличающийся типом покрытия и выделенный разметкой

Тротуар – элемент дороги, дороги, предназначенный для движения **пешеходов** и примыкающий к проезжей части или отделенный от основной дороги газоном.

На тротуаре хозяин пешеход – поэтому велосипедист должен быть крайне внимателен!

Велосипедная дорожка – часть дороги, которая обозначена знаком белый велосипед в синем круге.

Пешеход и велосипедист

Всегда уступи ***пешеходу***, если он переходит дорогу на ***зебре.***

Всегда уступи ***пассажирам трамвая***, если трамвайные пути посередине основной дороги.

Всегда уступи ***пешеходу***, если он переходит дорогу на зеленый пешеходный сигнал светофора.

Всегда уступи ***пешеходу***, если видишь, что тебя не замечают.

Опасности для велосипедиста в городе

Открытые ***люки*** и система водостока. Часто бывают около тротуаров и обочин

Автобусы гармошки, троллейбусы и прочие длинномеры легко могут прижать велосипедиста к бордюру

Красное покрытие у автобусных остановок и дорожная разметка может быть ***скользкой*** от дождя

Припаркованные машины

Скользкие от дождя и уборочных машин ***рельсы.*** Пересекать ТОЛЬКО под углом ***90°***

Артабаны

Как правильно ехать в группе.

Группа велосипедистов на дороге приравнена к ***одному транспортному средству***. Движение строго ***в колону по одному***. ***Дистанция*** между участниками группы от ***20см*** до ***длины велосипеда.*** **В группе не должна быть больше 10 велосипедов. Дистанция между двумя группами – не менее 100 метров**

Направляющий велосипедист задает темп группы, ***подает знаки*** поворотов, остановок и опасностей, показывает остальным дорогу.

Замыкающий велосипедист подбирает отстающих, притормаживает, если нужно направляющего, ***повторяет знаки направляющего*** для автомобилистов

Остальные велосипедисты по возможности повторяют знаки направляющего.

Знаки направляющего группы.

• ***Поворот или перестроение налево***:	вытянуть левую руку в сторону
• ***Поворот или перестроение направо:***	вытянуть правую руку в сторону
• ***Остановка или притормаживание:***	поднять одну руку вверх (прямо вверх)
• ***Ямы или стекла слева:***	левой рукой с вытянутым указательным пальцем показать на опасности
• ***Ямы или стекла справа:***	правой рукой с вытянутым указательным пальцем показать на опасности

Как избежать столкновений, наездов и завалов

Перед обгоном можно крикнуть «обхожу слева»
Обогнав едущего впереди подай знак ***поворачиваю направо,*** и убедись что для перестроения хватает места!
Не подрезай товарища и не тормози обогнав его.

Правильно ***выбрай дистанцию***. При обгоне расстояние до обгоняемого – не меньше ширины руля велосипеда

Очень опасны множественные обгоны, особенно на спусках с крутыми закрытыми поворотами. Гораздо безопаснее воспользоваться тормозами. Если очень хочется проехать спуск с ветерком – лучше остаться с замыкающим и дождаться, пока медленные участники проедут опасное место.

Не езди ***в воздушном мешке автомобиля –*** тормоза автомобиля гораздо эффективнее тормозов велосипеда

Движение по шоссе.

Большие группы велосипедистов на шоссе должны разбиваться на группы по ***8-10 человек. Расстояние*** между группами не менее ***50 м.***

Держитесь ***в крайнем правом ряду*** как можно ближе ***к обочине.***

Важно помнить, что большие ***машины*** создают сильный ***поток воздуха.***

Уступ между асфальтом и грунтом может стать причиной падения. Нужно пересекать его под как можно ***большим углом.***
Если соскочил с асфальта на обочину – ***ни в коем случае нельзя сразу пытаться сразу заскочить обратно***!

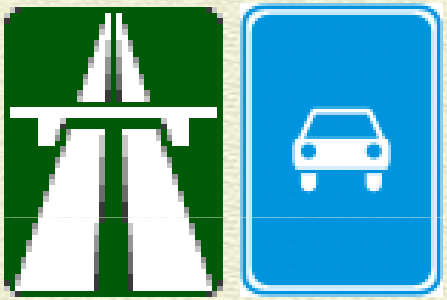
Надо быть особо внимательным при выезде группы с грунта на асфальт – асфальт расслабляет, большинство завалов происходят от невнимательности

Что нам нельзя делать на дорогах?

Никаких догонялок и перегонялок в городе и на дорогах! Для гонок – свое место и время

Запрещается ***буксировка велосипеда.***

Запрещается движение по ***автомагистралям*** и ***дорогам для автомобилей.***



Нельзя ехать по дороге ***без рук*** на руле.

Основное правило велотуриста

Дай

Дорогу

Дураку!

Даже если по правилам мы правы, даже если мы на главной дороге, даже если помеха справа не у нас, ***лучше вовремя уступить*** дорогу, чем получить травму!